



EEN SPIL IN

Kristian van den Nouwaart is projectleider bij de Helmondse sportorganisatie JIBB+ en hij is vanaf het begin betrokken bij de opzet van GoldenSports. Sophie Pennock (28) is buurtsportcoach en bewegingsagoog. Zij begeleidt vier groepen GoldenSports en twee Beweegtuinen per week. In 2019 was ze buurtsportcoach van het jaar.



DE WIJK

Drie jaar geleden startten ze met GoldenSports omdat het goed aansloot bij hun andere sportactiviteiten voor ouderen: de Beweegtuin die individueel is gericht en Walking Football, waar vooral mannen op afkomen. Bij GoldenSports is 70% vrouw, er zijn veel verschillende spelvormen en het is minder prestatiegericht. Tijdens de training is er meer interactie tussen de deelnemers en tijdens het spel wordt veel samengewerkt in tweetallen en in groepjes. Dat vonden ze een waardevolle toevoeging. Ook dat er

effectonderzoek gedaan wordt bij GoldenSports was een belangrijk argument.

Ondersteuning vanuit GoldenSports

Over de samenwerking met GoldenSports zijn Kristian en Sophie heel tevreden, die verliep heel prettig en de ondersteuning was heel waardevol. De werving van deelnemers ging ook goed. In het begin waren er soms maar vier deelnemers, maar dat groeide dan binnen een paar maanden uit tot twintig deelnemers.

Vooral de mond-tot-mondreclame werkte goed. Bij de huizen in de buurt langsgaan om de mensen te informeren, briefjes en flyers in de bus doen en het wijkcentrum inschakelen. Niet alle adviezen werden overgenomen, bijvoorbeeld het gratis aanbieden van de lessen, wat door GoldenSports wordt afgeraden. Uit een behoefteonderzoek uit 2019 bleek dat 35% van de deelnemers aangaf dat ze niet meer mee zouden doen als ze twee of drie euro zouden moeten betalen. JIBB+ hanteert nu een vrijwillige bijdrage. De deelnemers geven wat ze willen en kunnen missen.

Enthousiaste deelnemers

De trainingen worden volgens Kristian en Sophie erg goed ontvangen. 'De deelnemers zijn heel

enthousiast, vooral de variatie in de lessen vinden ze prettig. Vaak hoor je aan einde van de les: "is het alweer voorbij?" Omdat we zo veel variëren, vergeten ze de tijd, de tijd vliegt echt om. We gaan GoldenSports structureel aanbieden, de komende jaren wordt het programma opgenomen in ons activiteitenplan. Verder willen we het graag uitbreiden, ook naar niet-achterstandswijken, omdat de mensen daar ook behoefte hebben om met elkaar in contact te komen door sporten en bewegen. Ons ideaal is een vereniging die een spil is in de wijk, en waar ook plek is voor mensen die niet mee kunnen trainen, bijvoorbeeld tijdens de koffie na afloop. Het concept van de 'open club.'



De organisatie JIBB+ organiseert activiteiten om voldoende beweging en gezonde voeding toegankelijk en aantrekkelijk te maken voor de inwoners van Helmond. Sinds 2018 wordt GoldenSports uitgevoerd op zes verschillende plekken in de stad.

